

**MODIFIKASI PEMBELAJARAN PERMAINAN SEPAK TAKRAW  
UNTUK MENINGKATKAN JWAB DAN KETERAMPILAN SEPAK  
TAKRAW  
SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi sebagian dari syarat memperoleh gelar Sarjana  
Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



Oleh  
**TATANG SUBARNA**  
NIM 1302093

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
2019**

**Tatang Subarna, 2019**

*MODIFIKASI PEMBELAJARAN PERMAINAN SEPAK TAKRAW UNTUK MENINGKATKAN JWAB DAN  
KETERAMPILAN SEPAK TAKRAW*

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

**MODIFIKASI PEMBELAJARAN PERMAINAN SEPAK TAKRAW  
UNTUK MENINGKATKAN JWAB DAN KETERAMPILAN SEPAK  
TAKRAW**

Oleh :  
Tatang Subarna

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Tatang Subarna 2019  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Oktober 2019

Hak Cipta Dilindungi undang-undang.  
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,  
Dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau lainnya tanpa ijin dari penulis

**LEMBAR PENGESAHAN**

**TATANG SUBARNA**

**MODIFIKASI PEMBELAJARAN PERMAINAN SEPAK TAKRAW  
UNTUK MENINGKATKAN JWAB DAN KETERAMPILAN SEPAK  
TAKRAW**

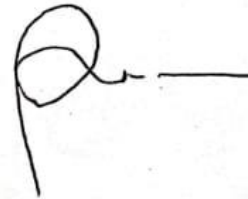
disetujui dan disahkan oleh:

Pembimbing 1



**Drs. Sucipto, M.Kes., AIFO.**  
NIP. 196106121987031002

Pembimbing 2



**Dr. Bambang Abduljabar, M.Pd.**  
NIP. 196509091991021001

Mengetahui,  
Ketua Program Studi  
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



**Dr. Yusuf Hidayat, M.Si.**  
NIP. 196808301999031001



Scanned with  
CamScanner

## ABSTRAK

Tatang Subarna (1302093)

### MODIFIKASI PEMBELAJARAN PERMAINAN SEPAK TAKRAW UNTUK MENINGKATKAN JWAB DAN KETERAMPILAN SEPAK TAKRAW

Pembimbing 1 : Drs. Sucipto, M.Kes., AIFO.

Pembimbing 2 : Dr. Bambang Abduljabar, M.Pd.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh permasalahan yang peneliti temukan pada saat observasi awal di SMP Negeri 1 Conggeang yaitu kurangnya kreatifitas guru dalam memberikan materi pembelajaran sehingga membuat siswa kurang antusias dan cenderung pasif dalam mengikuti pembelajaran sepak takraw. Penelitian ini bertujuan untuk memperbaiki proses pembelajaran aktivitas permainan sepak takraw, melalui penerapan modifikasi pembelajaran permainan sepak takraw. Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK), dilakukan dalam dua siklus, setiap siklus terdiri atas dua tindakan. Setiap siklus dilakukan melalui empat tahapan, yaitu : perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah siswa pada kelas VIII-D di SMP Negeri 1 Conggeang sebanyak 34 siswa. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan observasi, catatan lapangan, catatan observasi dan lembar tes keterampilan sepak takraw. Teknik analisis data yang digunakan adalah: (1) untuk data kualitatif menggunakan teknik triangulasi, (2) untuk data kuantitatif menggunakan teknik statistik persentase. Berdasarkan analisis data diperoleh hasil: (1) jumlah waktu Manajemen (M) sebanyak 20,83%, (2) jumlah waktu Instruksi (I) sebanyak 18,33%, (3) jumlah waktu Aktif belajar (A) sebanyak 57,08 %, (4) dan jumlah *Waiting* (W) sebanyak 3,04%. Untuk peningkatan hasil keterampilan dari siklus 1 tindakan 1 hingga siklus 2 tindakan 2 adalah: (1) sepak sila meningkat sebesar 4.96% (2) sepak kura meningkat sebesar 4.53% (3) memaha meningkat sebesar 5.34% (4) menyundul meningkat sebesar 6.44%. Kesimpulan dari hasil penelitian ini bahwa modifikasi pembelajaran permainan sepak takraw dapat meningkatkan jumlah waktu aktif belajar dan keterampilan sepak takraw pada siswa kelas VIII-D di SMP Negeri 1 Conggeang.

**Kata Kunci : Modifikasi Pembelajaran, Permainan Sepak Takraw, Jumlah waktu aktif belajar, Keterampilan Sepak Takraw**

## **ABSTRACT**

Tatang Subarna (1302093)

### **MODIFICATION OF LEARNING SEPAK TAKRAW GAME TO IMPROVE JWAB AND SEPAK TAKRAW SKILLS**

Guided by 1 : Drs. Sucipto, M.Kes., AIFO.

Guided by 2 : Dr. Bambang Abduljabar, M.Pd.

This research is motivated by a problem that researchers found during initial observation at SMP Negeri 1 Conggeang, namely the lack of teacher creativity in providing learning material so that makes students less enthusiastic and tend to be passive in participating in sepak takraw learning. This study aims to improve the learning process of sepak takraw game activities, through the application of the modified sepak takraw game learning modification. The research method used was Classroom Action Research (CAR), carried out in two cycles, each cycle consisting of two actions. Each cycle is carried out through four stages, namely: planning, implementing, observing, and reflecting. The research subjects were 34 students in grades VIII-D at SMP Negeri 1 Conggeang. Data collection techniques were carried out by observation, field notes, observation notes and sepak takraw skills test sheets. Data analysis techniques used are: (1) for qualitative data using triangulation techniques, (2) for quantitative data using percentage statistical techniques. Based on data analysis, the results are obtained: (1) the amount of Management time (M) is 20.83%, (2) the amount of Instruction time (I) is 18.33%, (3) the amount of Active learning time (A) is 57.08 %, (4) and the number of Waiting (W) of 3.04%. To increase the results of skills from cycle 1 action 1 to cycle 2 action 2 are: (1) sila increased by 4.96% (2) kura increased by 4.53% (3) thigh increased by 5.34% (4) heading increased by 6.44%. The conclusion from the results of this study is that the modification of the soccer takraw game learning can increase the amount of active learning time and sepak takraw skills in class VIII-D students at SMP Negeri 1 Conggeang.

**Keywords : Modification of Learning, Game of Sepak Takraw, Total of active learning time, Sepak Takraw Skills**

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HAK CIPTA.....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA MUTIARA .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>vii</b>
<b>UCAPAN TERIMA KASIH .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GRAFIK .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Penelitian .....	1
1.2 Identifikasi Masalah Penelitian .....	9
1.3 Rumusan Masalah Penelitian.....	9
1.4 Tujuan Penelitian .....	9
1.5 Manfaat Penelitian .....	9
1.6 Struktur Organisasi Skripsi .....	10
<b>BAB 2 KAJIAN PUSTAKA KERANGKA BERPIKIR DAN HIPOTESIS.....</b>	<b>12</b>
2.1 Konsep Belajar dan Pembelajaran .....	12
2.1.1 Belajar .....	12
2.1.2 Pembelajaran .....	13
2.2 Pendidikan Jasmani dan Tujuannya .....	16
2.3 Permainan Sepak Takraw .....	19
2.3.1 Karakteristik Permainan Sepak Takraw .....	19
2.3.2 Teknik Dasar Permainan Sepak Takraw .....	20
2.3.3 Teknik Khusus Sepak Takraw .....	29
2.4 Pembelajaran Sepak Takraw di Sekolah .....	30
2.5 Sarana dan Prasarana.....	31
2.6 Modifikasi.....	32
2.7 Penelitian Tindakan Kelas .....	34
2.7.1 Penyusunan Rencana .....	35
2.7.2 Tindakan.....	35
2.7.3 Observasi.....	36
2.7.4 Refleksi .....	36
2.8 Waktu Aktif Belajar .....	37
2.9 Kerangka Berfikir .....	40
2.10 Hipotesis.....	43
<b>BAB 3 METODE PENELITIAN .....</b>	<b>45</b>
3.1 Desain Penelitian .....	45
3.2 Partisipan .....	46

3.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....	46
3.4 Instrumen Penelitian.....	46
3.4.1 Dokumentasi.....	46
3.4.2 Catatan Lapangan .....	46
3.4.3 Lembar Observasi.....	47
3.4.4 Dokumentasi.....	49
3.4.5 Catatan Lapangan .....	49
3.5 Prosedur Penelitian .....	50
3.5.1 Tahap Merencanakan Tindakan.....	50
3.5.2 Tahap Pelaksanaan Tindakan .....	53
3.5.3 Tahap Melakukan Observasi .....	53
3.5.4 Tahap Analisis Data dan Refleksi.....	54
3.6 Analisis Data.....	54

## **BAB 4 TEMUAN DAN PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN ..... 56**

4.1 Deskripsi Latar Belakang .....	56
4.2 Lingkungan Pembelajaran .....	56
4.3 Pelaksanaan Pembelajaran.....	57
4.4 Pelaksanaan Tindakan Penelitian.....	60
4.4.1 Analisis Siklus 1 Tindakan 1 .....	60
4.4.2 Analisis Siklus 1 Tindakan 2.....	66
4.4.3 Analisis Siklus 2 Tindakan 1 .....	71
4.4.4 Analisis Siklus 2 Tindakan 2.....	75
4.5 Pembahasan Hasil Penelitian.....	79
4.6 Kelemahan Penelitian.....	84

## **BAB 5 SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI ..... 85**

5. 1 Simpulan .....	85
5.2 Implikasi .....	86
5.3 Rekomendasi .....	87

## **DAFTAR PUSTAKA .....**

## **LAMPIRAN-LAMPIRAN .....**

Lampiran Surat Keputusan Skripsi .....	
Lampiran Surat Permohonan Izin Penelitian.....	
Lampiran Surat Balasan Izin Penelitian dari Sekolah.....	
Lampiran Foto-foto.....	
Lampiran Absensi Siswa.....	
Lampiran Lembar Observasi Awal.....	
Lampiran Lembar JWAB Pembelajaran Sepak Takraw .....	
Lampiran Catatan Lapangan dan Catatan Observer .....	
Lampiran Hasil Penelitian JWAB Siswa dari Siklus 1 sampai Siklus 2.....	
Lampiran Lembar Hasil Belajar Pembelajaran Sepak Takraw .....	
Lampiran RPP .....	
Lampiran Program Kerja.....	

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Instrumen Pemanfaatan Jumlah Waktu Aktif Belajar .....	48
Tabel 3.2 Norma Penilaian Keterampilan Sepak Sila.....	50
Tabel 3.3 Time Schedule Penelitian Tindakan Kelas .....	52
Tabel 4.1 Perlengkapan Sarana Pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Conggeang .....	57
Tabel 4.2 Permasalahan dan Solusi dari Hasil Observasi Awal.....	60
Tabel 4.3 Permasalahan dan Solusi Siklus 1 Tindakan 1 .....	65
Tabel 4.4 Permasalahan dan Solusi Siklus 1 Tindakan 2 .....	70
Tabel 4.5 Permasalahan dan Solusi Siklus 2 Tindakan 1 .....	75



## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Sepak Sila.....	22
Gambar 2.2 Sepak Kura .....	23
Gambar 2.3 Sepak Cungkil .....	24
Gambar 2.4 Menapak.....	25
Gambar 2.5 Sepak Badek.....	26
Gambar 2.6 Menyundul ( <i>Heading</i> ).....	27
Gambar 2.7 Mendada.....	28
Gambar 2.8 Memaha.....	28
Gambar 2.9 Membahu.....	29
Gambar 2.10 Instrumen Analisis Pemanfaatan Waktu dan Proporsi Jumlah Siswa .....	39
Gambar 3.1 Siklus Pelaksanaan Tindakan dalam PTK .....	45
Gambar 3.2 Format Catatan Lapangan .....	49

## DAFTAR GRAFIK

	Halaman
Grafik 4.1 Deskripsi Hasil Observasi Awal .....	59
Grafik 4.2 Deskripsi Hasil Siklus 1 Tindakan 1 .....	64
Grafik 4.3 Deskripsi Hasil Siklus 1 Tindakan 2 .....	69
Grafik 4.4 Deskripsi Hasil Siklus 2 Tindakan 1 .....	74
Grafik 4.5 Deskripsi Hasil Siklus 2 Tindakan 2 .....	78
Grafik 4.6 Data JWAB Siswa Mulai dari Observasi Awal, Siklus 1 dan Siklus 2 .....	80
Grafik 4.7 Data Keterampilan Siklus 1 dan Siklus 2 .....	83

## DAFTAR PUSTAKA

- Abduljabar, Bambang. (2011). *Pedagogi Olahraga*. Bandung: Red Point.
- Angel, Rick. 2010. *Dasar-Dasar Sepak Takraw*. Surabaya: Pakar Raya
- Bahagia, Y dan Mujianto, S. (2010). *Fasilitas dan Perlengkapan Penjas*. Bandung: FPOK UPI Bandung.
- Baharuddin. (2009). *Pendidikan dan Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Cantona, Geri. (2018). *MENINGKATKAN WAKTU AKTFI BELAJAR PERMAINAN BULUTANGKIS MELALUI MODIFIKASI PERMAINAN PADA SISWA KELAS X SMK BINA WARGA BANDUNG (PTK)*. Skripsi S1 pada FPOK UPI Bandung: tidak diterbitkan.
- Derri V, Emmanouilidou dan Vassiliadou. (2007). *ACTIVE ACADEMIC TIME IN PHYSICAL EDUCATION (ALT-PE): WHETHER IT IS RELATED TO FUNDAMENTAL ACQUISITION AND LEARNING MOVEMENT SKILLS*. Vol 03 No.03:02-03. Tersedia dalam: <https://dialnet.unirioja.es/articulo2186998.pdf> [30 Februari 2019]
- Desi, Nenden. 2011. *Pendekatan Modifikasi Alat dalam Pembelajaran Sepak Takraw*. Bandung. Skripsi S1 UPI-FPOK-PJKR
- Dessianti, Sherly. 2015. *Teknik Dasar Sepak Takraw*. Tersedia [online] Tersedia di: <http://www.tutorialolahraga.com/2015/11/teknik-dasar-sepak-takraw.html> (diakses tanggal 30 Mei 2019)
- Dimiyati dan Mudjiono. (2006). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Fajar S. (2010). *TEORI BELAJAR*. April 2010. Tersedia dalam: <http://fajarss.blog.uns.ac.id> [1 Februari 2019]
- Fajar, Ahmad. Firmasyah, Helmy dan Mudjianto, Sufyar. (2013). *IMPLEMENTASI AKTIVITAS PEMBELAJARAN PERMAINAN TRADISIONAL DALAM UPAYA MENINGKATKAN WAKTU AKTIF BELAJAR SISWA*. April 2013, Vol.1 No.1:20. Tersedia dalam: <http://id.portalgaruda.org/> [19 April 2018]
- Hidayat, Yusuf. (2011). *Buku Pedoman Penulisan Penelitian Tindakan Kelas dalam Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: FPOK UPI Bandung.
- Kusnandar. (2009). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Lutan. (2001). *Strategi Pembelajaran Pendidikan jasmani dan Kesehatan*. Pusat Penerbit Universitas Terbuka.

- Lutan, Rusli dkk. (2002). *Pendidikan Kebugaran Jasmani: Orientasi Pembinaan di Sepanjang Hayat*. Jakarta: Depdiknas.
- Mahendra, Agus. (2015). *Filsafat Pendidikan Jasmani*. Bandung: FPOK UPI Bandung.
- Mahendra, Agus. (2009). *Asas dan Falsafah Pendidikan Jasmani*. Bandung: FPOK UPI Bandung.
- Menear, Kristi S. (2007). *MODIFYING PHYSICAL ACTIVITIES TO INCLUDE INDIVIDUALS*. Vol 78 No.02-37. Tersedia dalam: <https://files.eric.ed.gov> [30 Juli 2019]
- Mulyasa. (2012). *Praktek Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Penton, Raditya (2012). *Pendidikan : Pendidikan Formal, Informal dan Nonformal*. [Online]. Tersedia: <http://radityapenton.blogspot.com> yang diposting pada 30 November 2012. [19 Februari 2019]
- Rachmad, Arfianto W. (2013). *JOURNAL OF PSYICAL EDUCATION, SPORT, HEALTH AND RECREATIONS – SURVEI PROSES EVALUASI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN*. April 2013, Vol 2 No.4:302. Tersedia dalam: <http://web.journal.unnes.ac.id/> [20 April 2019]
- Samsudin. (2008). *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Sekolah Dasar*. Jakarta: Putra Grafika.
- Satriya dan Subarjah, Herman. (2013). *Kepelatihan Permainan Bulutangkis*. Bandung: FPOK UPI Bandung.
- Septa Dwi, Lestari. (2015). *Penerapan Modifikasi Permainan Terhadap Hasil Belajar Passing Bawah Bolavoli*. Vol 03 Nomor 01:89. Tersedia di: <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive> [23 Mei 2019]
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Suherman, Adang. (2009). *Revitalisasi Pengajaran Dalam Pendidikan Jasmani*. Bandung: CV Bintang Warli Artika.
- Sulaiman. (2014). *ALAT KETERAMPILAN SEPAK TAKRAW BAGI ATLET SEPAK TAKRAW JAWA TENGAH*. Oktober 2014, No.2:69-71. Tersedia dalam: <http://jorunal.unnes.ac.id/nju/index.php/jpehs> [16 Mei 2019]
- Suprijono, Agus. (2011). *Model-Model Pembelajaran*. Jakarta: Gramedia Pustaka Jaya.
- Uno, Hamzah B. (2007). *Model Pembelajaran Menciptakan Proses Belajar Mengajar yang Kreatif dan Efektif*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Wahyu, Muhammad A. (2017). *UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN GURU MENGELOLA WAKTU BELAJAR SISWA DALAM PEMBELAJARAN*

*PENDIDIKAN JASMANI*. September 2017, No.01:2. Tersedia di:  
[journal.student.uny.ac.id](http://journal.student.uny.ac.id) [20 April 2019]